«Утверждаю»

Рыбин К.В.

главный судья соревнования

«27» апреля 2022 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

1/3/7/13-часового пробега

«Самопревосхождение»- 2021

1. **Цели и задачи**

Цели и задачи 1/3/7/13-часового пробега «Самопревосхождение» (далее Соревнование):

* содействие развитию шоссейного бега и бега на сверхдлинные дистанции в

г. Перми;

* развитие идей самопревосхождения в спорте. Реализация такого подхода к соревновательному спорту, при котором главный стимул для занятия спортом и достижения результата – радость победы над собой, а не над соперником;
* популяризация оздоровительного бега, здорового образа жизни.

1. **Регистрация, сроки, место проведения**

Место и дата проведения Соревнования: г.Пермь, Парк культуры и отдыха «Балатово», 04 июня 2022 года.

Проезд до места старта:

* от железнодорожного вокзала автобусами:

№ 64 до остановки «ДК Железнодорожников»,

№40 до остановки «Гознак»;

* от автовокзала автобусами

№ 42, 104, 106, 109 до остановки «Гознак»,

№ 11,30 до остановки ПКиО «Балатово» на улице Подлесная.

Регистрация участников Соревнования начинается с момента публикации данного Положения и заканчивается 1 июня 2022 года в 23.59 часов. Участник считается предварительно зарегистрированным, если он выполнил все условия регистрации и получил положительный ответ организаторов.

Предварительные заявки на участие в пробеге принимаются в электронном виде при помощи интернет-сервиса <https://www.zareg.me/1030>мероприятие «1,3,7,13 часовой бег «Самопревосхождение».

В рамках данного соревнования, проводится детский забег «**Беги улыбаясь**» на 3.6 км возрастная категория с 9 до 11лет.

04 июня 2022 предстартовый контроль и выдача номеров в Парке культуры и отдыха “Балатово” производиться участникам:

* 13-часового бега с 07.00 до 07.40;
* 7-часового бега с 08.00 до 08.40;
* 1-го и 3-х часового бега с 08.40 до 10.40
* Забег на 3.6 км с 08.40 до 09.40

При получении номера участник должен представить паспорт и медицинскую справку с печатью выдавшего учреждения, печатью и подписью врача. В справке должно быть указано, что участник допущен к соревнованию по бегу (1, 3, 7, 13 часов или на 10 км, 21км, 42 км или сверхмарафон). Справка должна быть оформлена не ранее 04.01.2022. Справка возвращается участнику после завершения соревнования.

За участников младше 12 лет персональную ответственность за здоровье заверяют личной подписью их полномочные представители.

04 июня 2022г. забеги Соревнования проводятся согласно следующего расписания:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Старт | | Финиш |
| 13-часового бега | 08.00 | | 21.00 |
| 7-часового бега | 09.00 | | 16.00 |
| 3.6 км  1-часового бега  3-часового бега | | 10.00  11.15  11.15 | 12.15  14.15 |

Дополнительная информация по телефонам **8-922-309-68-59; 8-952-659-81-59; почта:** [**rkv\_07@mail.ru**](mailto:rkv_07@mail.ru)**.**

1. **Условия участия**

Возрастные категории участников забегов (полное количество лет на день забега):

13-часового бега не моложе 18 лет

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 7-часового бега | не моложе 16 лет |  |
| 1-часового бега | не моложе 12 лет |  |
| 3-часового бега | не моложе 14 лет |  |

К участию в пробеге допускаются спортсмены прошедшие предварительную регистрацию, представившие медицинскую справку, получившие положительный ответ организаторов. В связи с ограничением количества участников (108 человек), преимущество в допуске к пробегу отдается спортсменам, с наиболее ранней регистрацией.

Возрастные призовые группы участников (мужчины и женщины):

* 12-39 лет;
* 40-49 лет;
* 50-59 лет;
* 60 лет и старше.

Возраст участников определяется по году рождения по состоянию на дату забега.

Стартовый взнос:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Предварительно | В день старта |
|  |  |  |
| 13-часового бега | 1500 руб. | 1700 руб. |
| 7-часового бега | 1200 руб. | 1400 руб. |
| 1-часового бега | 500 руб. | 600 руб. |
| 3-часового бега  3.6 км | 900 руб.  300 руб. | 1000 руб.  400 руб. |

Стартовый взнос можно оплатить до 09.00 02 июня 2022г., переводом на карту Сбербанка 4276490024735211, получатель Рыбин Константин Васильевич.

Об оплате стартового взноса нужно уведомить Константина Рыбина одним из способов:

* сообщением на эл.почту [rkv\_07@mail.ru](mailto:rkv_07@mail.ru);
* по телефону +7 (922) 309-68-59;
* в Контакте.

**4. Программа мероприятия**

04 июня 2022г. мероприятия Соревнования проводятся согласно следующего расписания:

* 07.00 Регистрация участников на месте старта
* 07.50 Торжественное построение
* 08.00 Старт 13-ти часового забега
* 08.00 Регистрация участников на месте старта
* 08.50 Торжественное построение
* 09.00 Старт 7-ми часового забега
* 09.50 Торжественное построение
* 10.00 Старт на 3.6 км «Беги Улыбаясь»
* 11.00 Торжественное построение
* 11.15 Старт 1 и 3-х часового забегов

Награждение победителей и призеров

1-часового забега 13.15 - 13.45

3-часового забега 15.15 - 15.45

7-часового забега 17.00 - 17.30

13-часового забега 21.00 – 21.40

**5.Условия соревнований, определение победителей и награждение**

Участники Соревнования преодолевают дистанцию согласно международным правилам по сверхмарафонскому бегу.

Бежать во время забегов без футболки (майки) не разрешается. Индивидуальный номер, выданный при регистрации, участник обязан разместить спереди, посередине футболки (майки).

Победителем Соревнования считается участник, преодолевший наибольшее расстояние за время забега (за 1, 3, 7, 13 часа).

Награждение по итогам забегов (1, 3, 7 и 13 часовой бег) проводится в соответствии с возрастными категориями за 1, 2, 3 места.

Все участники, завершившие1,3,7,13-часовой бег, награждаются памятными призами и сертификатами.

Победители и призеры всех возрастных группах награждаются медалями и дипломами.

Абсолютные победители в 13-ти часовом забеге (1, 2, 3 место) среди мужчин и женщин награждаются особыми призами.

Награждение по забегу 3.6км «Беги улыбаясь» проводится в возрастной категорией 9-11лет - 1, 2, 3 место.

Протоколы Соревнования публикуются с момента их проведения не позднее:

* 3 дней с предварительными итогами;
* 5 дней с окончательными итогами

**на сайте**[**http://ru.srichinmoyraces.org/races/russia/perm**](http://ru.srichinmoyraces.org/races/russia/perm)

Результаты пойдут в зачет КЛБМАтч.

При необходимости организаторы могут вносить изменения в данный Регламент.

**6. Руководство подготовкой и проведением**

Руководство подготовкой и проведением Соревнования осуществляется представителями Межрегионального общественного движения «Марафонская команда Шри Чинмоя» при участии администрации Парка культуры и отдыха «Балатово».

Непосредственное проведение Соревнования возлагается на судейскую коллегию, утвержденную организаторами Соревнования.

Соревнование проводится при поддержке администрации Парка культуры и отдыха «Балатово» и других заинтересованных организаций и физических лиц.

**6. Трасса**

Трасса 1,3,7,13 часовых забегов проходит по территории Парка культуры и отдыха «Балатово». Дорожное покрытие – плитка. Трасса маятниковая, длина 1800м (в обе стороны) обеспечивается указателями. Контроль за соблюдение участниками прохождения всей длины трассы обеспечивается судьями и контролерами Соревнования.

Участники Соревнования обеспечиваются:

* водой и питанием на трассе во время забега – все участники;
* биотуалетами – участники 1,3,7,13 часовых забегов.

**7.Обеспечение безопасности**

Безопасность участников Соревнования обеспечивается судьями и контролерами. На месте проведения Соревнования находиться квалифицированный медицинский работник, готовый оказать первую медицинскую помощь. При необходимости медицинским работником или организаторами Соревнования вызывается карета скорой помощи.

**8. Финансирование**

Расходы, связанные с командированием участников (проезд, питание, размещение и др.) несут командирующие организации.

Расходы на медицинское страхование и страхование от несчастного случая несут сами участники и (или) командирующие организации.

Расходы на организацию и проведение Соревнования несут организаторы. За счет регистрационных взносов, добровольных пожертвований, спонсорских средств и др., в том числе:

* базовое питание и питьевую воду для участников, а также специальное горячее питание (для участников 13-часового пробега 3-х разовое питание, для участников 7-часового пробега 2-х разовое, для 3-часового и 1-часового пробега 1-разовое);
* оборудование и технический инвентарь лагеря Соревнования;
* призовые сувениры, медали, дипломы, сертификаты.
* **Настоящее положение является официальным приглашением на соревнования.**